

ພະຍາດມື, ຕີນ ແລະ ປາກ

ພະຍາດມື, ຕີນ ແລະ ປາກ (ຂົບໜ້າ ວ່າ HFMD) ແມ່ນຫຍັງ?

ພະຍາດມື, ຕີນ ແລະ ປາກ (ໃນພາສາອັງກິດເອີ້ນວ່າ HFMD)

ແມ່ນການເຈັບປ່ວຍຈາກເຊື້ອໄວຣັສສ່ວນຫລາຍແມ່ນມັກຕິດນຳແອນ໌ ອຢ

ຫລືເດັກນ້ອຍ. ອາການຂອງພະຍາດນີ້ລວມທັງມີຂີ້, ຜິວໜັງເປັນຜື່ນ, ມີຕຸ່ມແດງ
ຫລືບາດແຜໃນປາກ.

HFMD ບໍ່ໄດ້ກ່ຽວກັບໂຮກຕີນ ແລະ ປາກ (ຍັງເອີ້ນອີກວ່າພະຍາດກີບຕີນ ແລະ ປາກ).

ເຖິງວ່າພະຍາດສອງຢ່າງນີ້ຈະມີຊື່ຄ້າຍຄືກັນ,

ແຕ່ສາເຫດຂອງພະຍາດແມ່ນມາຈາກໄວຣັສທີ່ຕ່າງກັນ. ພະຍາດ HFMD

ຈະເປັນນຳແຕ່ຄົນເທົ່ານັ້ນ, ສ່ວນພະຍາດຕີນ ແລະ ປາກ ຈະເປັນນຳສັດເຊັ່ນ: ງົວ, ໝູ
ແລະ ແກະ.

ແມ່ນຫຍັງແມ່ນສາເຫດຂອງພະຍາດ HFMD?

ພະຍາດ HFMD ແມ່ນເກີດຈາກໄວຣັສຫລາຍປະເພດທີ່ຢູ່ໃນກຸ່ມເອັນເຕີໂອ (enterovirus),
ລວມທັງໄວຣັສ ຄອກຊັກກີ້ (coxsackieviruses) ແລະ ໄວຣັສເອັນເຕີໂອ 71 (enterovirus 71).

ຄອກຊັກກີ້ ເອ16 (Coxsackievirus A16) ແມ່ນປະເພດໄວຣັສທີ່ມັກຈະເປັນສາເຫດຂອງພະຍາດ
HFMD. ໄວຣັສເອັນເຕີໂອ 71 (enterovirus 71) ເປັນສາເຫດຂອງການລະບາດຂະຫນາດໃຫຍ່ຂອງພະຍາດ
HFMD ຫລາຍທີ່ສຸດໃນອາຊີ. ໃນລະຫວ່າງທີ່ພະຍາດ HFMD ທີ່ມີສາເຫດຈາກໄວຣັສ
ເອັນເຕີໂອ 71 (enterovirus 71) ລະບາດຢູ່ນັ້ນຄົນປ່ວຍບາງຄົນແມ່ນມີອາການຮ້າຍແຮງ.

ແມ່ນໃຜທີ່ມີຄວາມສ່ຽງໃນການເປັນພະຍາດ HFMD?

ພະຍາດ HFMD ແມ່ນມັກຈະເປັນນຳແອນ໌ ອຢ ແລະ ເດັກອາຍຸ ຕໍ່ກວ່າ 10 ປີ,

ແຕ່ມັນຍັງສາມາດເກີດຂຶ້ນໄດ້ກັບເດັກທີ່ໃຫຍ່ກວ່າ, ເດັກໄວຮຸ່ນ ແລະ ຜູ້ໃຫຍ່.

ຄົນຜູ້ໜຶ່ງອາດຈະຕິດພະຍາດນີ້ໄດ້ຖ້າຫາກຖືກໄວຣັສປະເພດເອັນເຕີໂອ

ກະຈາຍໃສ່ເຊິ່ງຄົນຜູ້ນັ້ນບໍ່ເຄີຍຖືກໄວຣັສປະເພດນີ້ກະຈາຍໃສ່ມາກ່ອນ.

ເຖິງຢ່າງໃດກໍຕາມ, ຜູ້ທີ່ໄດ້ຮັບເຊື້ອອາງຄົນອາດບໍ່ມີອາການປ່ວຍ.

ອາການຂອງພະຍາດ HFMD ເປັນແນວໃດ?

ອາການທຳອິດຂອງພະຍາດ HFMD ມັກຈະມີຂີ້, ຄໍ່ແຫ້ງ, ເປື້ອອາຫານ, ແລະ ຮູ້ສຶກວ່າປ່ວຍ
(ບໍ່ສະບາຍ). ໃນໜຶ່ງຫາສອງມື້ຈະເລີ່ມມີອາການຂີ້ເລີ່ມມີຕຸ່ມ ແດງໃນປາກ ແລະ

ທາງໃນແກ້ມ, ເຫງືອກ, ແລະ ລື່ນ. ຕຸ້ມນັ້ນຈະເລີ່ມພອງຫລືເປັນໜອງ.
ຜົວໜັງຈະມີຜື່ນ, ຜື່ນໃນຜົວໜັງອາດຈະລາມໄປໃນມື, ຕີນ ແລະ ສະໂພກ,
ແລະບາງເທື່ອກໍ່ລາມໄປຮອດແຂນ ແລະ ຂາ. ອາການຜື່ນລວມທັງຕຸ້ມທີ່ໃຫຍ່ຂຶ້ນ ແລະ
ເປັນຈຸ້ມສີແດງ ແລະ ພອງອອກ. ບໍ່ແມ່ນວ່າທຸກຄົນທີ່ເປັນພະຍາດ HFMD
ຈະມີອາການເຫລົ່ານີ້ທັງໝົດ.

ອາການຂອງພະຍາດ HFMD ມັກຈະເປັນເລັກນ້ອຍ ແລະ ສ່ວນຫລາຍຈະດຶງພາຍໃນ 7 ຫາ 10 ມື້.
ເຖິງຢ່າງໃດກໍ່ຕາມ, ໃນບາງກໍລະນີທີ່ມີໜ້ອຍ, ພະຍາດ HFMD
ສາມາດເປັນສາເຫດຂອງອາການແຊກຊ້ອນອື່ນໆໄດ້.

ອາການແຊກຊ້ອນໜຶ່ງແມ່ນເຍື່ອຫຸ້ມສະໝອງອັກເສບ (aseptic).

ອາການຂອງເຍື່ອຫຸ້ມສະໝອງອັກເສບລວມທັງເຈັບຫົວ, ຄໍ່ແຂງ ແລະ ເປັນໄຂ້.

ຜູ້ທີ່ມີອາການເຍື່ອຫຸ້ມສະໝອງອັກເສບນີ້ຕ້ອງໄດ້ເຂົ້າໂຮງໝໍ.

ໃນບາງກໍລະນີທີ່ມີໜ້ອຍ, ພະຍາດ HFMD ຍັງສາມາດເປັນສາເຫດຂອງສະໝອງອັກເສບ
(ອາການສະໝອງບວມ). ສະໝອງອັກເສບເປັນອາການຮ້າຍແຮງທີ່ອາດເຖິງເສຍຊີວິດໄດ້.

ພະຍາດ HFMD ຕິດຕໍ່ແນວໃດ?

ພະຍາດ HFMD ໂດຍທຳມະດາແລ້ວຈະຕິດຕໍ່ໂດຍການສຳພັດກັບອາຈົມ, ນ້ຳມູກ ແລະ ຂີ້ເທີ, ນ້ຳໜອງ, ນ້ຳລາຍຂອງຜູ້ທີ່ເປັນ. ໄວຮ້ສມັກຈະຂະຫຍາຍເມື່ອຜູ້ທີ່ເປັນບໍ່ລ້າງມື
ແລ້ວໄປສຳພັດກັບຜູ້ອື່ນຫລືໄປຈັບບ່ອນໃດບ່ອນໜຶ່ງ
ແລະເຮັດໃຫ້ບ່ອນນັ້ນມີເຊື້ອໄວຮ້ສນັ້ນ. ເຊື້ອໄວຮ້ສທີ່ເປັນສາເຫດຂອງພະຍາດ
HFMD ສາມາດມີຊີວິດຢູ່ໄດ້ເປັນໄລຍະເວລານານໃນສະພາບແວດລ້ອມທີ່ອຸ່ນໄປ.

ບຸກຄົນທີ່ເປັນພະຍາດ HFMD

ສ່ວນຫລາຍແລ້ວຈະເປັນພາຫະໃນການຕິດຕໍ່ພະຍາດໃນໄລຍະອາທິດທຳອິດຂອງການເຈັບ
ປ່ວຍ

ແຕ່ບາງເທື່ອອາດຈະຍັງສືບຕໍ່ເປັນພາຫະຂອງການຕິດຕໍ່ອີກຫລາຍອາທິດຫລັງຈາກອາກ
ານເຈັບປ່ວຍໝົດໄປ.

ອາການຂອງພະຍາດປະກົດໄວບາບໃດ?

ອາການຂອງພະຍາດ HFMD ສ່ວນຫລາຍຈະປະກົດພາຍໃນ 3-7

ວັນຫລັງຈາກສຳພັດເຊື້ອໃນຄັ້ງທຳອິດແລະ ເກີດການຕິດເຊື້ອ.

ການວິເຄາະພະຍາດ HFMD ແມ່ນແນວໃດ?

ບົກກະຕິແລ້ວທ່ານໝໍ ຈະວິເຄາະພະຍາດ HFMD ອີງຕາມອາຍຸ, ອາການ ແລະ ປະເພດ ແລະບ່ອນຂອງຜື່ນ ແລະ ຕຸ່ມຂອງຄົນໄຂ້.

ໂດຍທົ່ວໄປແລ້ວທ່ານໝໍ ບໍ່ຈຳເປັນຕ້ອງກວດທົດສອບເພື່ອວິເຄາະພະຍາດ HFMD. ບາງເທື່ອທ່ານໝໍ ອາດຈະເອົານ້ຳຈາກຄໍ ຫລື ອົາຕົວຢ່າງຈາກນ້ຳໜອງ ຫລື ຫວດອາຈີມເພື່ອເບິ່ງວ່າແມ່ນໄວຣັສເອັນເຕີໂອປະເພດໃດທີ່ເປັນສາເຫດ ຂອງອາການປ່ວຍ.

ມີການຮັກສາພະຍາດ HFMD ແນວໃດ?

ບໍ່ມີການຮັກສາສະເພາະ. ສ່ວນຫລາຍແລ້ວເດັກທີ່ມີອາການຂອງພະຍາດ HFMD ຈະດີເອງ. ຄົນທີ່ເປັນພະຍາດ HFMD ຄວນພັກຜ່ອນ, ດື່ມນ້ຳຫລາຍເພື່ອປ້ອງກັນອາການຂາດນ້ຳ. ຜູ້ໃຫ້ການດູແລສຸຂະພາບອາດຈະແນະນຳຢາເພື່ອຄວບຄຸມອາການໄຂ້ ແລະ ຄວາມເຈັບປວດ.

ຕຸ່ມໃນປາກສາມາດເຮັດໃຫ້ກິນນ້ຳລາຍຍາກ ແລະ ເຈັບເວລາກິນນ້ຳລາຍ ແລະເດັກອາດປະຕິເສດທີ່ຈະດື່ມນ້ຳຢູ່ອັນສາເຫດນີ້.

ຖ້າການບໍ່ກິນນ້ຳປັນສາເຫດຂອງການຂາດນ້ຳ, ອາດຕ້ອງມີການໃຫ້ຂອງແຫລວທົດແທນທາງເສັ້ນເລືອດ.

ຈະປ້ອງກັນພະຍາດ HFMD ໄດ້ແນວໃດ?

ທຸກຄົນໃນຄົວເຮືອນທີ່ເປັນພະຍາດ HFMD ຄວນຈະລ້າງມືໃຫ້ສະອາດດ້ວຍສະບູ ແລະ ນ້ຳທຸກຄັ້ງທີ່ໃຊ້ຫ້ອງນ້ຳ, ປ່ຽນຜ້າອ້ອມ, ຫລື ທຸກຄັ້ງທີ່ສຳພັດກັບນ້ຳມູກ ແລະ ຂີ້ກະເທົາ, ອາຈີມ, ຫລື ນ້ຳໜອງ. ຂອງຫລິ້ນ ແລະ ພື້ນຜິວຕ່າງໆ ຄວນລ້າງດ້ວຍສະບູ ແລະ ນ້ຳຈາກນ້ຳລ້າງດ້ວຍສາງເຈືອຈາງຂອງນ້ຳຢາຊັກຟອກ (ໃສ່ນ້ຳຢາຊັກຟອກ ¼ ຈອກກັບນ້ຳໜຶ່ງກາລອນ). ເດັກທີ່ເປັນພະຍາດ HFMD ຕ້ອງຢູ່ໃນບ້ານບໍ່ໃຫ້ໄປບ່ອນລ້ຽງດັກ ຫລື ໂຮງຮຽນຈົນກວ່າອາການໄຂ້ ຈະເຊົາ ແລະ ເຊົາເປັນຕຸ່ມໃນປາກ.

ຜູ້ໃຫຍ່ທີ່ເປັນພະຍາດນີ້ ຄວນຈະຢູ່ບ້ານບໍ່ໄປການຈົນກວ່າອາການຕ່າງໆຈະເຊົາ.

ຈະຮູ້ວ່າຮູ້ກ່ຽວກັບພະຍາດ HFMD ໄດ້ເພີ່ມຈາກໃສ?

ຖ້າທ່ານມີຄຳຖາມກ່ຽວກັບພະຍາດ HFMD, ກະລຸນາຕິດຕໍ່ທ່ານໝໍ ຂອງທ່ານ ຫລື ພະແນກສຸຂະພາບໃນທ້ອງຖິ່ນ.

[NOTE TO LOCAL EDUCATIONAL AGENCIES (LEAS): As a form of assistance to LEAs, the California Department of Education (CDE) offers this translation free of charge. Because there can be variations in translation, the CDE recommends that LEAs confer with local translators to determine any need for additions or modifications, including the addition of local contact information or local data, or modifications in language to suit the needs of specific language groups in the local community. If you have comments or questions regarding the translation, please e-mail the Clearinghouse for Multilingual Documents (CMD) at cmd@cde.ca.gov.]